



Разбор кейса

Задача:

выбор спорта для девочки 6 лет,
которая не занималась спортом

 Листайте до конца





Чтобы определить координационные способности, способности к равновесию, подвижность плечевых суставов и гибкость мышц ног мы проводим тестирования в зале.

Равновесие необходимо, например, в фигурном катании, горнолыжном спорте. Подвижность плечевых суставов, например, важна в тяжёлой атлетике, акробатике, гимнастике, плавании.

Этими тестами можно определить базовые качества, которые нужны ребенку для обучения двигательному действию. Если это движение ребенок может сделать даже без тренировки, то он легко освоит задание тренера в зале.

1. Особенности телосложения	Прогноз роста: 173,9-177,1 (см) Физическое развитие: Мезосоматический тип – среднее, гармоничное. Соотношение длины бедра и голени: склонность к бегу на короткие дистанции.
2. Функциональные	Намного выше
3. Двигательные	Координация: Норма Равновесие: Норма Гибкость: Намного выше нормы Скорость: Ниже нормы Скоростно-силовые: Выше нормы Сила: Ниже нормы
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 60% - быстрые/40% - медленные. Имеет склонность к анаэробной скоростно-силовой работе. Высокая склонность мышечной ткани к гипертрофии и скорости прохождения нервных импульсов. Хорошая склонность к межмышечной координации. Склонен к г... ий, связок.
5. Психологические	Психомоторная функция выбора; сбалансированный контроль

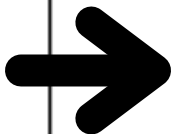


Чтобы понять предрасположен ребенок бегать марафон или спринт, мы определяем соотношение мышечных волокон и предрасположенность в типу нагрузки.

Мышечные волокна даны нам генетически: из спринтера нельзя сделать марафонца и наоборот.

Этот показатель имеет значение во всех видах спорта. Каждый спорт - это нагрузка разного типа

2. Функциональные	Намного выше возрастной нормы показатели с [redacted] Выше возрастной нормы показатели гипоксемиче [redacted] на вдохе.
3. Двигательные	Координация: Норма Равновесие: Норма Гибкость: Намного выше нормы Скорость: Ниже нормы Скоростно-силовые: Выше нормы Сила: Ниже нормы
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 60% - быстрые/40% - медленные. Имеет склонность к анаэробной скоростно-силовой работе. Высокая склонность мышечной ткани к гипертрофии и скорости прохождения нервных [redacted] нации. Склонен к проявлению взрывной силы [redacted] взок.
5. Психологические	Психомоторная сфера: высокая скорость сенсомоторной реакции при низкой точности в реакции вы [redacted]. Психомоторный контрол [redacted] способность к диффе [redacted] перемещения [redacted] система. — ухудшение [redacted] Система. Способност [redacted] ративной памяти [redacted] рительно- мотор [redacted] ния и высокая [redacted] и команды — «индикатор» психологической готовности заниматься спортом (танцами)
6. Выводы и рекомендации	По результатам тестирования можно рекомендовать следующие спортивные дисциплины: • Сложнокоординационные виды спорта: танцевальные виды, черлидинг, парно-групповая акробатика, командное фигурное катание. • Циклические виды спорта: легкая атлетика, шорт-трек, велоспорт (трек), лыжный спорт, плавание; • Игровые виды спорта: хоккей с шайбой, футбол, гандбол, волейбол, баскетбол;



В конце мы выявляем сильные и слабые стороны ребенка - подводим итоги. Так, например, в данном случае: была высокая скорость реакции, предрасположенность к "быстрой работе". А также, высокий рост, хорошая гибкость и скоростно-силовые способности. Родителям даны подробные комментарии по результатам заключения.

	Сила: Ниже нормы
4. Генетические	Соотношение типов: мышечных волокон 60% - быстрые/40% - медленные. Имеет склонность к анаэробной скоростно-силовой скорости прохождения нервных импульсов. Склонен к проявлению взрывной силы. Высокая прочность костной ткани, хрящей, сухожилий, связок.
5. Психологические	Психомоторная сфера: высокая скорость сенсомоторной реакции при низкой точности в реакции выбора. Психомоторный контроль. Способность к дифференциации. Двигательная координация - ухудшена. Специфическая двигательная память. Коммуникативная способность. Высокая скорость реакции и командная работа.
6. Выводы и рекомендации	По результатам тестирования можно рекомендовать следующие спортивные дисциплины: <ul style="list-style-type: none"> Сложнокоординационные виды спорта: танцевальные виды, черлидинг, парно-групповая акробатика, командное фигурное катание. Циклические виды спорта: легкая атлетика, шорт-трек, велоспорт (трек), лыжный спорт, плавание; Игровые виды спорта: хоккей с шайбой, футбол, гандбол, волейбол, баскетбол; Единоборства: фехтование, бокс, тхэквондо, кикбоксинг.

Ведущий научный сотрудник
медико-биологического сектора

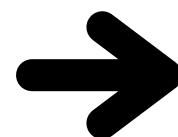
Ведущий научный сотрудник
педагогического сектора

Ведущий научный сотрудник
психологического сектора

Зав. Центром

И.И.И., доцент

И.И.И., профессор





Результат:

- список видов спорта, где у ребенка с большей вероятностью будет получаться лучше, чем у других
- выявлены сильные и слабые стороны ребенка: понятно где есть перспектива результата, а где нет
- наш детский спортивный психолог поделился своим опытом мотивации ребенка 6,5 лет
- на спорт решили отдать в этом году до начала школы, чтобы в сентябре не перегрузить ребенка сразу 2 новыми делами: школой и секцией
- стало меньше поводов спорить по поводу выбора вида спорта



Хотите также?))) Звоните: контакты в шапке профиля.